RADY PRAKTYCZNE



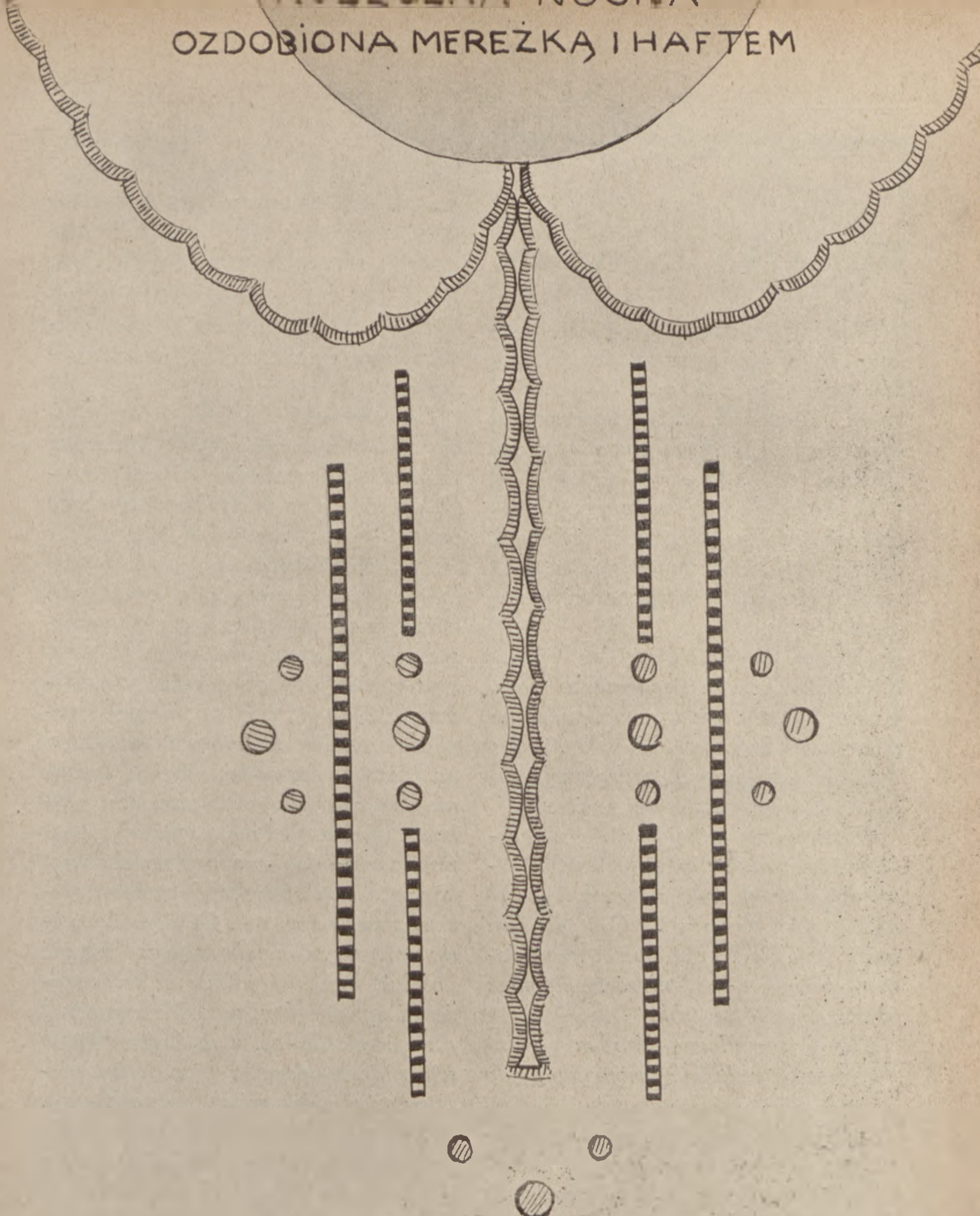
-1. Paltocik dla niemowlęcia z białego pluszu lub kolorowej puszystej wełny. Kapturek przybrany wianuszkami z kwiatuszków.

DLA NASZEJ DZIATWY



2. Ubranko dla 3—4 letniego chłopczyka z flanelki wełnianej. Spodenki popielate, bluzeczka szafirowa Guziki popielate.

3. Sukieneczka dla dziewczynki 4—5 letniej z flanelki wełnianianej w kolorze poziomkowym. Rękawki kimonowe. Guziki granatowe.


OZDOBIONA MEREŻKĄ I HAFTEM

Apteczka domowa.

Brak odpowiednich środków ratunkowych lub niezastosowanie właściwej nagłej pomocy przy nieszczęśliwych wypadkach może niejednokrotnie pociągnąć za sobą poważne komplikacje.

To samo stać się może przy nieoczekiwanie występujących objawach chorobowych, które wymagają natychmiastowego racjonalnego przeciwdziałania.

Czasem prosty zabieg lub najniewinniejszy lek, zastosowane w porę, przynoszą ulgę, a nawet wpływają na złagodzenie przebiegu choroby.

Posiadanie przeto podręcznej apteczki domowej staje się konieczne.

Warunkiem istotnej wartości apteczki, jest posiadanie w niej zawsze niezbędnych środków leczniczych w stanie używalności. Cóż bowiem warta jest flaszeczka, nawet ze szklanym korkiem — po jodynie, ponieważ jodyna w niej wyschła?

Ilość posiadanego środka powinna być wystarczająca przynajmniej do jednorazowego zastosowania.

Apteczka koncentrować się powinna w specjalnie na ten cel przeznaczonej szafce, gdyż lekkomyślne rozrzucanie lekarstw gdziekolwiek, w szczególności przy drobnych dzieciach, dało już niejednokrotnie smutne wyniki.

Zdarzały się wypadki, że dziecko zjadało całą zawartość pudełka znalezionego na nocnym stoliku ojca, pełnego ponętnych czekoladek... przeczyszczających.

Parzyły się też dzieci dotkliwie jodyną lub amoniakiem. Gryzącymi proszkami, przeniesionymi na powieki, powodowały przewlekłe zapalenie oczu.

Aby uniknąć tych wszystkich niepotrzebnych, a dojmujących zmartwień, należy szafkę apteczną mieć umieszczoną na ścianie w łazience lub pokoju sypialnym na wysokości przynajmniej 1,5 m od podłogi, dbając jednocześnie, aby stale była zamykana na kluczyk. Ta niedosiężność i tajemniczość apteczki oddaje nieraz matkom nieprzewidziane usługi. Oto ułatwia im nakłonienie opornego i rozkapryszonego dziecka do zażycia niesmacznego lekarstwa. Otwiera się wtedy apteczkę, pozwala malcowi zajrzeć „co jest tam w środku"; w szczodrości nieograniczonej pozwala się nawet ruszyć coś nie coś, a w zamian za to ustępstwo podsuwa się dziecku niepostrzeżenie lekarstwo do połknięcia. Manewr doskonale się udaje, z dużymi widokami na powodzenie w przyszłości, o ile lekarstwo nie jest zbytnio przykre w smaku.

Apteczka domowa nie może jednak zawierać zbyt wielu środków. Byłaby wtedy nie tylko bardzo kosztowna, lecz nadmiar lekarstw utrudniałby korzystanie z nich osobom nie-

obeznanym.

Zawartość apteczki składać się powinna: 1) z lekarstw, 2) środków antyseptycznych i 3) przyborów oraz przyrządów niezbędnych do wykonywania zabiegów.

Wszystkie przedmioty w apteczce muszą być tak ułożone, żeby je odrazu można było odnaleźć. Na butelkach i słoikach wyraźne napisy z nazwą lekarstwa, przy których bardzo zalecane jest dodanie wskazówek objaśniających sposób użycia danego medykamentu, np. ilość kropel, ilość łyżek, łyżeczek na pewną proporcję wody itd.

Dla szybszej orientacji zróżniczkowany kolor nalepek powinien nas objaśniać o przeznaczeniu danego środka. Przy środkach 1) do stosowania zewnętrznego np. kolor żółty; 2) do stosowania wewnętrznego — biały; 3) przy lekarstwach wymagających specjalnej uwagi i ostrożności—kolor nalepek czerwony itd. Na drzwiczkach apteczki zamieszczamy dokładny spis znajdujących się w niej rzeczy.

Spośród lekarstw stale znajdować się powinny następujące:

Maści: cynkowa, ichtiolowa, kamforowa, lanolina, waselina borna.

Zioła: rumianek, suszone maliny, suszone jagody, siemię lniane, szałwia, mięta.

Proszki: motopirina (0,5), chinina (0,5), salol (0,5), piramidon (0,3) (dawki dorosłych).

Poza tym krople walerianowe, Inoziemcowa, olej rycynowy, sól morszyńska lub sztuczna sól karlsbadzka, magnezja palona, soda oczyszczona, krople miętowe.



Środki zewnętrzne: woda Burowa, woda Gulardowa, olej lniany, amoniak, terpentyna francuska, oliwa nicejska, benzyna.

Środki dezynfekcyjne: kwas borny, woda utleniona, jodyna, spirytus salicylowy. Nie należy także zapominać o talku, pudrze cynkowym oraz sudorynie i lekkim roztworze formaliny.

Przyrządy i przybory niezbędne w każdej racjonalnie skompletowanej apteczce domowej to: termometr do mierzenia temperatury, $^1/_4$ metra ceratki do okładów, worek gumowy na wodę gorącą do miejscowego nagrzewania, 2 tuziny baniek, irygator gumowy oraz mała gumowa $^1/_4$ litrowa gruszka, służąca do lewatywek dla dzieci.

Gdy dzieci są starsze i wymagają obfitszych lewatyw, należy zawsze stosować im przy tym zabiegu kaneczki gumowe, które zakładamy do kranika normalnego irygatora.

Dobrze jest mieć również w apteczce: szklankę i butelkę z podziałką, kroplomierz, zakraplacz do oczu lub nosa, porcelanową łyżkę do lekarstw, szklaną łopatkę do rozprowadzania maści, pinsetkę i nożyczki z nierdzewnej stali.

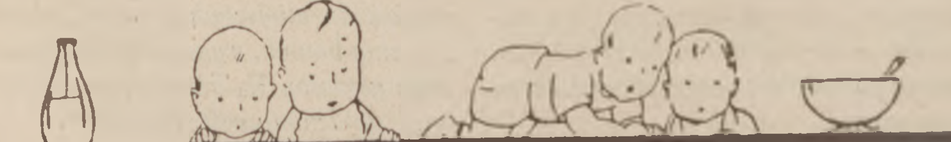
Wata higroskopijna w paczce 100 gramowej, 1/4 metra sterylizowanej gazy, dwa rodzaje bandaży 4 i 10 cm szerokości oraz jeden bandaż elastyczny, no i nieodzowny lepki plaster rolkowy dopełnią pogotowia opatrunkowego.

Tak zaopatrzona apteka, w której nie brak również popularnej b r o s z u r k i o r a t o w n i c t w i e, zaspakaja w zupełności potrzeby higieniczno-sanitarne przeciętnego domu rodzinnego w miejscowościach, gdzie zdobycie pomocy lekarskiej nie jest zbyt utrudnione.

Nie zapominajmy bowiem, że pierwsza pomoc najracjonalniej i najskuteczniej udzielona w nagłych wypadkach n i e m o ż e z a s t ą p i ć l e k a r z a. Zabezpiecza ona jedynie istotę poszkodowaną przed groźnymi nieraz następstwami nieszczęśliwego wypadku i stwarza jej najlepsze warunki w okresie oczekiwania na przybycie lekarza.

Jednakże w miejscowościach oddalonych od środowisk ludzkich, i tam, gdzie lekarz jest daleko, apteczkę domową należy kompletować na wzór apteczek polowych, z których modelami można się zapoznać w Polskim Czerwonym Krzyżu lub w ośrodkach sanitarnych

Maria Ankiewiczowa.



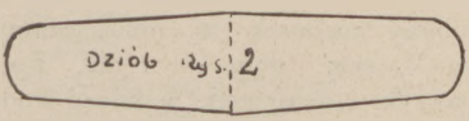
Nasza forma bibułkowa.

Kaczka.

Zrobimy kaczkę z białej flory, z dziobem i łapkami z czerwonego suk-



na. Załączoną formę kaczki przykładamy do podwójnie złożonego materiału, przypinamy szpilkami po czym wycinamy nożyczkami, dodając 1 cm na zeszycie. Skrzydła wycinamy tuż przy brzegu formy również z podwójnie złożonego materiału. Po zeszyciu napychamy kaczkę watą, przez otwór zostawiony u dołu na szwie.

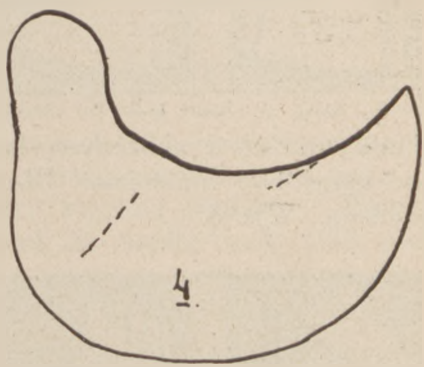


Watę należy upychać równomiernie patyczkiem. Po wypchaniu zaszywamy otwór, następnie przyszywamy dziób i łapki, wycięte z czerwonego sukna według załączonego rysunku 2, 3.

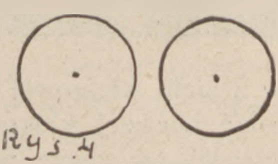
Skrzydła przyszywamy w miejscach oznaczonych na formie *rys.* 4.



Na łebku kaczki przyszyjemy czubek, zrobiony z białego pompona. Gdy kaczka jest już zrobiona — na-



kleimy ją na tekturkę lub deseczkę szer. 5 cm, dłg. 10 cm do której przy-



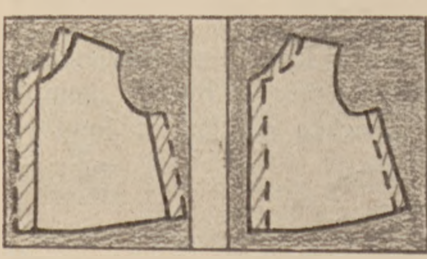
mocujemy gwozdzikami kółka, zrobione z dużych szpulek od nici.

M. Piotrowska.

Uczmy się szycia.

Powiększanie formy.

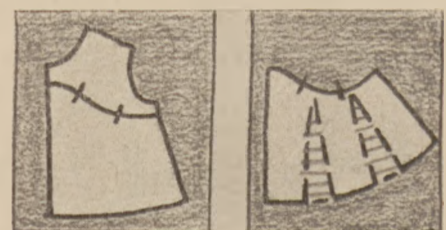
III sposób. Poszerzanie lub zwężanie środkiem przodu jest najłatwiejsze, lecz można stosować tylko przy fasonach prostych, nie posiadających ozdobnych cięć lub karczków, gdyż te zawsze umieszczane są w ustalonej odległości od środka przodu, więc nie można zmieniać tych proporcyj. *Rys. 5.*



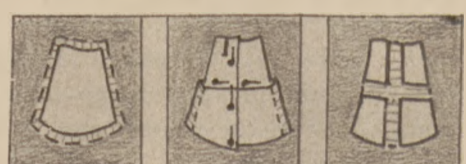
Formy takich i zbliżonych fasonów mogą być zmieniane III-cim sposobem. *Rys. 6.*



Chcąc z mało kloszowej sukieneczki zrobić bardziej kloszową, należy podzielić na równe pasy, porozcinać i rozsunąć trójkątami, przez co obwód dołu się poszerzy, a linia wszycia zmieni podkrój, tylko dłg wszycia zostanie bez zmiany. *Rys. 7.* Jeśli zmniejszamy klosz, zamiast rozsuwać załamujemy trójkąty. W podobny sposób z okrągłego kołnierzyka można zrobić krezę kloszową.



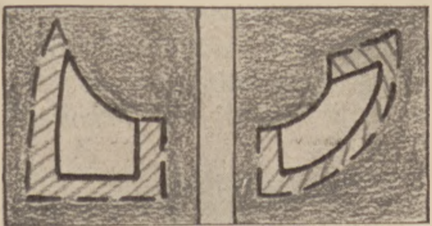
Rękawki można zmieniać II-gim sposobem jeśli różnice są duże, oraz zmniejszać lub powiększać równomiernie górą i dołem i na szwach w/g załączonego rysunku 8. Jeśli



robimy rozporek to umieszczamy na $^1/_4$ szer. dołu + 1 cm. Kołnierzyki i mankieciki podłużać środkiem tyłu i na przodzie jednakowo, a szerokość jedną stroną nie zmieniając podkroju szyi. *Rys. 9.*

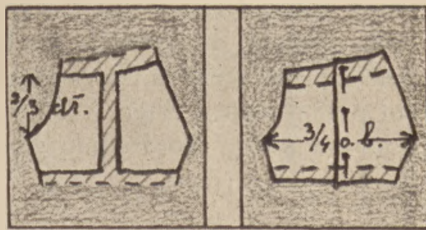
Formę majteczek sprawdzamy w ten sposób, by najszersze miejsce wynosiło $^3/_4$ obwodu bioder (na wełnę $^3/_4$ obw. bioder — 3 do 5 cm)

a dłg kroku $^2/_8$ dłg podstawowej, mierzonej od pasa do kolana. Zwężamy formę majteczek, załamując na



linii rozporka, lub poszerzamy (rozcinając) rozsuwaniem w/g sposobu II-go.

Ustalamy dłg. kroku i różnicę dodajemy lub ujmujemy w pasie pozostałą różnicę dłg — dołem majteczek. *Rys. 10.*



Julia Kinsnerowa.

Kuchnia dziecięca.

Przyjęcia dla dzieci.

(Dokończenie).

Babka.

Rozczyn.
10 dkg drożdży
3 „ cukru
10 „ mąki
mleko

1 kg mąki
25 dkg cukru
10 żółtek
Wanilja
otarta skórka z cytryny
½ litra mleka, sól
20 dkg masła
5 „ rodzynków sułtanek)
bułka tarta i masło
do formy

Rozczyn. Drożdże rozetrzeć w małym kamiennym garnku, dodać cukier, wymieszać, gdy puszczą sok, wsypać 10 dkg mąki i wlać trochę mleka, z ilości przeznaczonej do ciasta (½ litra), żeby powstała masa gęstości kwaśnej śmietany. Wstawić garnek do ciepłej wody (30°), przykryć papierem i zostawić na 10 do 20 minut, aż rozczyn wyrośnie.

Żółtka utrzeć z cukrem na puszystą masę, dodać skórkę z cytryny, wanilję, wyrośnięty rozczyn, odrobinę soli, przesianą ciepłą mąkę, mleko i zarobić. Gdy składniki połączą się, wlewać po trochu stopione ciepłe masło i wyrabiać tak długo, aż ciasto odstanie od ręki, stanie się gładkie, lśniące na powierzchni pokryte pęcherzykami, wtedy wymieszać z mytymi, osuszonymi rodzynkami i

postawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia, żeby przybyło jeszcze raz tyle. Formy wysmarować masłem, wysypać bułkę tartą, nałożyć wyrośniętym ciastem do połowy, postawić w ciepłym miejscu, żeby wyrosło do pełnej formy. Piec w dobrze wygrzanym piecu, ale średnio gorącym, próbować czy upieczone cienko zastruganym patyczkiem, jeżeli patyczek nieoblepiony, ciasto upieczone. W pięć minut po wyjęciu z pieca, wyjąć ciasto z formy, posypać przez sito pudrem i ostudzić oparte o brzeg stolnicy.

S. Witkowska.

Ubranko z wełny.

Części: 2 przody bluzeczki, 2 rękawy, plecy, kołnierzyk, 2 części spodni, 2 kieszonki.

Materiał: 300 gram. wełny średniej grubości (może być włóczka) lekko skręconej, 2 motki 100%-ej angory, ½ m gumki do spodni, 5 guzików, druty Nr 2½ i Nr 3.

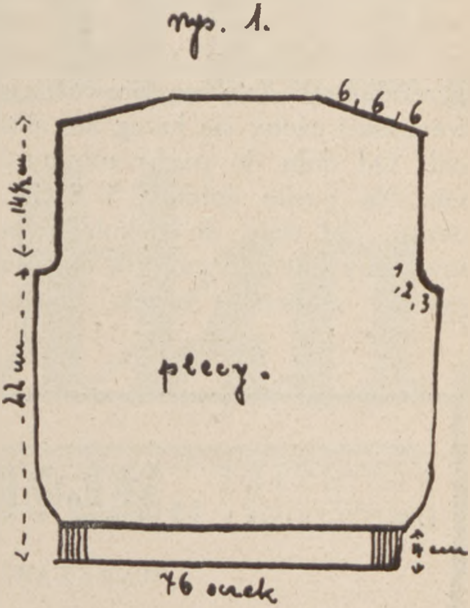
Ściegi: 1) Jersey czyli 1 rząd na prawo, 1 rząd na lewo, 2) ścieg francuski t. zn. stale na prawo z obydwóch stron, 3) ściągacz: 1 oczko na

prawo, 1 oczko na lewo, na odwrotnej stronie prawe nad prawymi, lewe nad lewymi oczkami i 4) ścieg: warkoczyki: 6 oczek na prawo, 6 oczek na lewo, na odwrotnej stronie prawe nad prawemi, lewe nad lewymi oczkami. W ten sposób przerabiamy 7 rzędów. 8-my rząd: nad

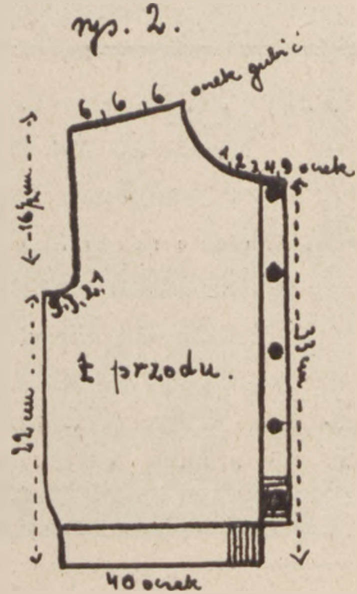


lewymi oczkami robimy lewe oczka. Z 6-ciu prawych oczek, pierwsze 3 oczka przekładamy bez przerobienia na zwykły mały pończoszniczy drut (t. zw. pomocniczy). Następne 3 oczka prawe przerabiamy na prawo, a potem dopiero przerabiamy też na prawo te 3 oczka z pomocniczego drutu. — Później zaczynamy znów od początku, czyli 7 rzędów: 6 prawych, 6 oczek lewych: 8-my rząd kręcić warkoczyki.

Bluzeczka: Plecy zaczynamy 76-ma oczkami na drutach Nr 2½ ściągaczem (patrz ściegi) który jest 4 cm wysoki. Potem przekładamy robotę na druty Nr 3 i zmieniamy ścieg na warkoczyki (patrz ściegi). Od dołu do pachy bluzeczka ma 22 cm. Na pachę gubimy z każdej strony kolejno w każdym rzędzie najpierw 3 oczka, potem 2 oczka, następnie 1 oczko. Od pachy do ramienia odległość wynosi 14½ cm. Na ramię gubimy z każdej strony 3 razy po 6 oczek (od strony pachy do szyi). Pozostałą ilość oczek gubimy odrazu.



½ *Przodu:* Tak jak plecy zaczynamy każdą połowę przodu na drutach Nr 2½ ściągaczem, który jest 4 cm wysoki, 40-ma oczkami. Po zro-



bieniu ściągacza zmieniamy druty na Nr 3; zmieniamy ścieg na warkoczyki i dodajemy sobie 8 oczek na zapięcie, które w następstwie przerabiamy stale na prawo (ścieg francuski) ażeby się brzeg nie skręcał. Od dołu do pachy robimy 22 cm. Na pachę gubimy 5, 3, 2 i 1 oczko. Od dołu do dekolciku powinniśmy mieć 33 cm. Na dekolcik gubimy odrazu 9 oczek. Następnie 4, 3, 2 i 1 oczko. Paszka do ramienia wynosi $16^1/_2$ cm w prostej linii. Na ramię gubimy 3 razy po 6 oczek od strony pachy do szyi.

Dziureczki wyrabiamy co 6 cm jedną, gubiąc w jednym rzędzie 3 oczka a w następnym znów je nabierając.

(d. c. n.)

E. Zgodzina.

Redakcja i Administracja: Litewska 16. Tel. 9-41-00. Konto P.K.O. 14.555

Prenumerata „MŁODEJ MATKI" płatna tylko z góry:

W kraju: rocznie zł. 10.—, półrocznie zł. 5.—, kwartalnie zł. 2.50.

Za granicą: rocznie zł. 15.—, półrocznie zł. 7.50.

Prenumeratę dwutygodnika „MŁODA MATKA" przyjmują wszystkie księgarnie oraz urzędy pocztowe w kraju i za granicą.

Rękopisów Redakcja nie zwraca.

Redaktorka L. Czechowska przyjmuje interesantów w środy od godz. $15^1/_2$ do $16^1/_2$.

Wydawca: Polski Komitet Opieki nad Dzieckiem.

Redaktorzy: Dr R. Barański i L. Czechowska.

Drukarnia Wydawnicza. Warszawa, Kacza 15, tel. 603-46.